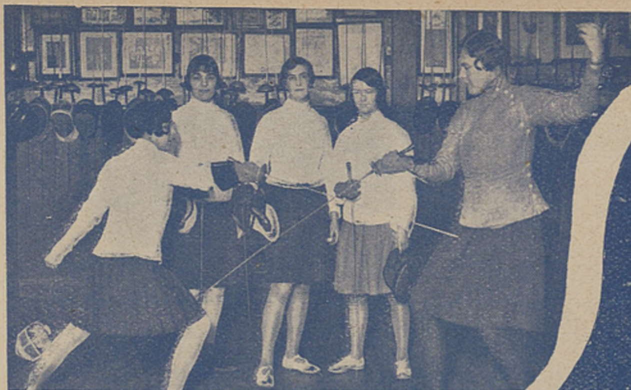
ROK III
Nr. 20.
DWUTYGODNIK ILUSTROWANY



START

POŚWIĘCONY WYCH: FIZ: KOB: SPORTOM HYGIENIE

Drugi zeszyt październikowy 1929 rok

Z walki w hazenie

Łódź – Czechosłowacja

Cena egz. 50 groszy



Zawody pań na odznakę lekkoatletyczną. Start w biegu na 800 mtr.

WIĘCEJ SAMODZIELNOŚCI

Sport polski obchodzi w miesiącu bieżącym jubileusz dziesięciolecia swego istnienia. Przedtem istniały wprawdzie w minimalnej liczbie kluby sportowe, a niektóre dyscypliny sportu miały swych czynnych wyznawców. Ale — pierwszy państwowy związek sportowy, a był nim Związek Lekkoatletyczny — powstał dopiero przed laty 10-ciu. Fakt ten stanowił dla nas oficjalny początek zorganizowanej w całem państwie akcji sportowej.

Z racji jubileuszu tego — czynimy dziś skrupulatny przegląd minionych lat dziesięciu. Sumujemy dorobek i liczymy popełnione błędy czy omyłki. I z radością stwierdzamy, że na wszystkich polach sportu uczyniliśmy postęp ogromny. Wyniki, organizacja, siła liczebna praktykujących sportowców — stanowią dziś, po latach dziesięciu, wielką wartość społeczną, z której pionierzy sportu mają prawo być dumni.

Jubileusz dziesięciolecia sportu polskiego, kiedy to w myśli naszej dajemy swobodny bieg obrazom przeszłości, budzi specjalne refleksje — jeśli chodzi o sport kobiecy. Bowiem naogół, pomimo — jak od początku i dotychczas obowiązującej wspólnoty organizacyjnej sportu męskiego i kobiecego, ten ostatni miał właśnie swoje, odrębne drogi rozwoju, a wyniki jego pracy różnią się dość poważnie od wyników sportu męskiego.

Na pierwszy rzut oka — uderza niewspółmierność pomiędzy skalą osiągniętych przez kobiety wyników, a liczbą uprawiających sport. Poziom wyników osiągniętych dotychczas przez kobiety szczególniej w lekkiej atletyce jest bardzo wysoki. W porównaniu z zagranicą — stoimy dziś pewnie, jako zespół najlepszych sił we wszystkich konkurencjach lekkoatletycznych, na jednem z czołowych miejsc w Europie. Pod tym względem lekkoatletki nasze niewątpliwie przewyższają swych kolegów męskich. — Natomiast jeśli chodzi o rozwój sportów wszerz — we wszystkich dziedzinach kobiety kolosalnie ustępują na plan dalszy, wobec licznych kadr męskich sił sportowych. Możnaby sądzić, że do sportu garną się przedewszystkiem te młode kobiety, które, posiadając nieprzeciętne warunki fizyczne, liczyć mogą na nieprzeciętne wyniki. I zdaje się, że tak jest istotnie. Wciąż jeszcze — sport nie jest dla mas, a dla wybranych, wszystko jedno pod jakim względem. I nie będziemy chyba w błędzie, jeśli stwierdzimy, że objaw ten, w nieporównanie mniejszym stopniu trapiący sport męski, zawdzięczamy niewłaściwej polityce klubów, wśród których samodzielne kluby kobiece stanowią aż zabawnie mały odsetek. Z doświadczenia wiemy, że kobiety posiadają czułą ambicję i nieumiejętność „przepychania się". A w klubach, gdzie przeważnie wszystko jest dla zawodniczek, a „balast" musi upominać się o swoje prawa — niezbyt są pomyślne warunki dla nie-zawodniczek, i „szara masa" bywa zaniedbywana. Jakże tedy postępować ma rozwój sportu kobiecego wszerz.

Sytuacja w latach ostatnich uległa poprawie. Na obozach i kursach letnich wykształcono lub dokształcono sporo instruktorek. Ruszył z miejsca dobrem tempem sport robotniczy. Pewne powodzenie wykazały gry, szczególniej hazena, która — oby stała się — sportem mas. Powinno być lepiej w latach najbliższych. Powinny powstawać samodzielne kluby kobiece. Te, które istnieją w skromnej liczbie kilkunastu na całą Polskę, zdały egzamin ze swej dojrzałości i sprawności życiowej jak najlepiej. One to właśnie najlepiej spełniają zadanie — rozwijania sportu wszerz. W tym kierunku iść by należało.

Największą, jak dotąd bolączką sportu kobiecego, jest kwestja organizacji. Przeciwnicy samodzielności sportu kobiecego — dziś coraz bardziej przechodzą na naszą stronę. Okazuje się, że referaty kobiece przy związkach sportowych w swym skromnym zakresie swego działania, dobrze spełniają swe zadania. Nikt chyba nie zaprzecza dziś potrzebie powołania do życia samodzielnych komisyj kobiecych na miejsce referatów przy związkach sportowych. Komisje te stanowią logiczny drugi etap na drodze racjonalnego rozwiązania sprawy organizacji sportu kobiecego. Istniejąca od roku przy Polskim Związku Narciarskim Komisja narciarstwa kobiecego, jak dotąd — jedyna w Polsce, dobrze spełnia swe zadania ku zadowoleniu obu stron. Oby jak najprędzej śladami Narciarskiego poszły inne związki państwowe.

Usamodzielnienie sportu kobiecego wyjdzie na dobre sprawie sportu wogóle. Nie ulega wątpliwości, że rozmach pracy zyska na sile i zakresie pracy. Przybędą nowe kadry, wzrość winien liczebnie młody narybek. Metoda pracy zyska na racjonalności.

Popatrzmy na to, co się dzieje dziś w sporcie robotniczym. Posiada on dziś sporo samodzielnych klubów kobiecych, wykazuje ogromną liczbę członkiń i niespodziewaną żywotność. Prowadzi pracę dla wszystkich i — jeśli nie straci na swym obecnym rozpędzie — stanie się wkrótce wzorem dla całego sportu kobiecego.

FIZJOLOGICZNY INSTYTUT ROCKEFELLERA

(Ciąg dalszy).

Pod suterenami znajduje się pomieszczenie, zawierające dwa zbiorniki wody morskiej (około 30 m³), z których woda automatycznie wznosi się do góry, obiega akwarja i większe baseny i wkońcu przez filtry powraca do głęboko położonych zbiorników. Przewody tej wody odprowadzone są do głęboko położonego pod dziedzińcem zbiornika śniegu i w ten sposób temperatura wody w akwarjach jest stale niska.

W pewnych pomieszczeniach laboratoryjnych, o ile wymagają tego doświadczenia, można zmieniać temperaturę od 40° do 0°.

W szklanym budynku, przylegającym do zwierzyńca, przeprowadza się doświadczenia, wymagające dużej ilości światła. W pobliżu znajdują się również akwarja pod gołem niebem. Obszar 450 m.² poświęcony jest dla żab, które utrzymywane są tu w warunkach niemal zupełnie naturalnych.

Zakład posiada własny warsztat mechaniczny, który zatrudnia wielu pracowników i dostarcza aparatów o własnej konstrukcji dla wielu instytucyj krajowych i zagranicznych.

Kierownikiem zakładu jest prof., dr. med. A. Krogh, który pełni te funkcje od samego początku, czyli od r. 1910. Nazwisko jego również nie jest obce w naszej literaturze naukowej.[3])

Badania prof. Krogh'a dotyczyły głównie oddechu i wymiany materji u człowieka, innych kręgowców oraz bezkręgowych. Zwłaszcza znane są jego badania nad pochłanianiem tlenu i wydalaniem bezwodnika kwasu węglowego przez płuca, w których dowodzi, że odbywa się to skutkiem zwykłego procesu dyfuzji. Pięknem i konsekwentnem zakończeniem pierwszej pracy K., traktującej wyłącznie o pochłanianiu i przenikaniu gazów przez płuca, jest późniejsza jego praca o transportowaniu i przenikaniu tlenu do tkanek ustroju. W tym wypadku, aby zbadać, czy możliwe będzie wyjaśnienie dostarczania tlenu do tkanek drogą zwykłego procesu dyfuzji, zmuszony był nietylko określić prędkość dyfundowania gazów przez tkanki, lecz musiał także przeprowadzić bardzo dokładne obliczenia ilości i podziału naczyń krwionośnych w tkankach. Badania K. nad krwiobiegiem miały tak wielkie znaczenie zarówno dla normalnej fizjologji, jak i patologji, że w 1920 roku przyznano mu nagrodę Nobla.

———o———

Zakład teorji gimnastyki, który, zgodnie z programem naszego pisma, posiada dla nas niewątpliwie największe znaczenie, pozwolę sobie omówić bardziej szczegółowo oraz dodam historję jego powstania.

W roku 1907 duńskie towarzystwo pedagogiczne przesłało do uniwersytetu memorjał, domagający się wprowadzenia gimnastyki, jako jednego z przedmiotów przy państwowym egzaminie nauczycielskim. Zainteresowane wydziały filozoficzny i przyrodniczo-matematyczny, nie wiedziały, jak się do tej sprawy ustosunkować, bowiem nie było jeszcze w owym czasie w Danji literatury fachowej z tej dziedziny, na podstawie której można byłoby zaopinjować, czy gimnastyka może być zaliczona do przedmiotów uniwersyteckich. W tym czasie znalazło się wielu chętnych studentów, pragnących zdawać z gimnastyki przy nauczycielskim egzaminie dyplomowym. Na czele ze swym energicznym prezesem N. C. D. Petersenem, jak pisze K. A. Knudsen[4]), złożyli petycję w tej sprawie do władz uniwersyteckich. Ponadto Petersen odwiedzał osobistości, mające wpływ na uniwersytecie i przekonywał je o konieczności załatwienia tej palącej sprawy. Niemało też w tym kierunku zdziałał, cytowany tu przeze mnie, naczelny wizytator gimnastyki, K. A. Knudsen.

Po zasięgnięciu opinji osób kompetentnych, uznano gimnastykę za przedmiot uniwersytecki nadzwyczajny, z którego można składać egzamin dodatkowo (dopiero w kilka lat później gimn. zrównano z innemi przedm.). Dnia 1.XI 1909 uchwalono powołać docenta anatomji fizjoligji i teorji gimnastyki.

Był to już drugi wypadek w istnieniu uniwersytetu kopenhaskiego, że gimnastykę zaliczono w poczet jego przedmiotów.

Po raz pierwszy miało to miejsce w r. 1804, kiedy powołano na stanowisko profesora gimnastyki Franciszka Nachtegall'a.[1]) Lecz na owe czasy było to przedsięwzięcie niezupełnie jeszcze dojrzałe, ani pod względem zrozumienia w społeczeństwie, ani też co do istniejącego materjału naukowego i dlatego eksperyment ten nie mógł być trwały.

Czasy zaś poprzedzające wprowadzenie gimnastyki po raz drugi do uniwersytetu posiadały już tak bogaty dorobek naukowy w dziedzinie najważniejszej nauki pomocniczej, fizjologji, że danie możności dalszego jej rozwoju było tylko pożądane. A i zrozumienie dla tych spraw wśród młodego społeczeństwa oświeconego, jak widać ze stanowiska tow. pedagogicznego lub petycji akademików, było zgoła odmienne, niż za czasów Nachtegall'a. Trudność wielką stanowiło tylko wyszukanie odpowiedniego naukowca, któryby dla sprawy niepewnej postanowiono go bowiem zaangażować w drodze próby na lat 6) i przy bardzo skromnem wynagrodzeniu chciał się podjąć tak trudnej pracy, jak stworzenie całkowicie nowej na tym gruncie, i tylko gdzieniegdzie znanej zagranicą, placówki naukowej.

Szczęśliwie wybór padł na lekarza J. Lindharda, który nietylko mógł się poszczycić dość znacznym dorobkiem naukowym, lecz znany był również ze swej bezinteresownej pracy, często z narażeniem życia własnego dla dobra bliźnich.[2])

Jednym z pierwszych, który przystąpił do egzaminu z gimnastyki i złożył z wynikiem celującym, był wspomniany już kilkakrotnie, obecny profesor gimnastyki na uniwersytecie kopenhaskim, N. C. D. Petersen.

Tak przedstawia się w ogólnych zarysach historja powstania tego wspaniałego przybytku nauki i wiedzy. Było to tylko zapoczątkowanie pracy teoretycznej. Sam zakład powstał dopiero w r. 1919 i został przeniesiony do instytutu fizjologicznego wraz z innemi.

Oprócz gabinetów dla profesora i asystenta oraz kancelarji, zawiera 2 większe oraz 5 mniejszych pomieszczeń. Audytorjum posiada wspólne z zakładem zoofizjologicznym i, podobnie jak tamten należy również do wydziału przyrodniczo-matematycznego. (d. c. n.)

---

[3]) l. c.

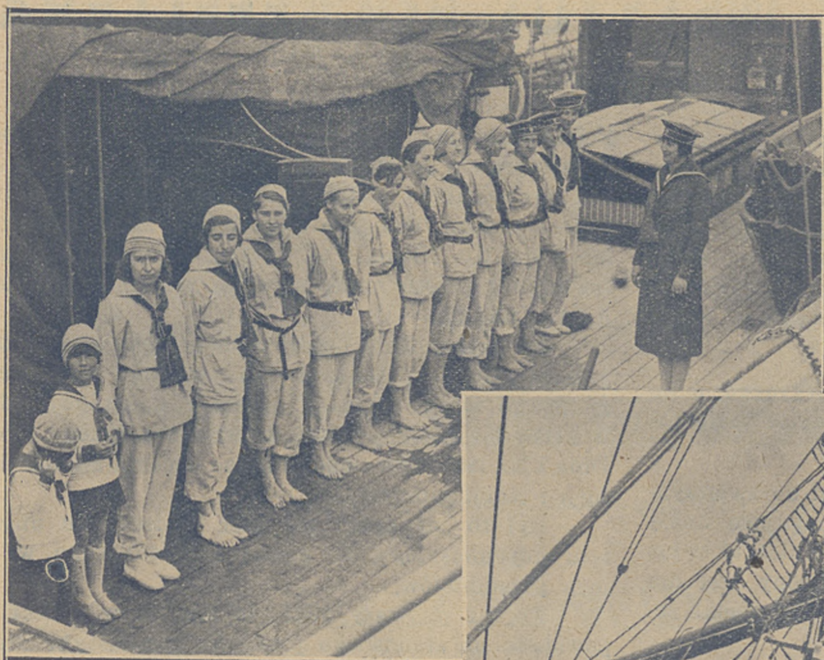
[4]) K. A. Knudsen: Beretning om Statens Kursus i Gymnastik; Kopenhaga 1912.

[1]) Patrz również: D. Rosenberg: O ćwiczeniach cielesnych w Danji; Stadjon Nr. 2 z r. 1927; D. R. Franciszek Nachtegall; Start Nr. 13 z r. 1927.

[2]) Trzy lata spędził na Grenlandji w walce z cholerą azjatycką.

PIERWSZY OKRĘT SZKOLNY

Z ZAŁOGĄ KOBIECĄ





Załoga przy raporcie i na maszcie przy pracy.

Z chwilą kiedy elegancka publiczność międzynarodowa opuściła Deauville, najmodniejszą, najbardziej wziętą i najdroższą plażę północną, nad kanałem La Manche, cudownie położoną, w starym jej porcie zarzucił kotwicę dziwny okręt, trójmasztowiec, zaopatrzony w pomocniczy motor, pod nazwą „Alcyon".

Kapitanem tego okrętu jest por. Hébert, osobistość w sportowym świecie francuskim szeroko znana, apostoł wierny idei wychowania fizycznego, twórca nowej, francuskiej metody gimnastyki. Ale nie dlatego okręt ten nazwałyśmy — dziwnym. Miano to słusznie przysługuje mu z innego względu: oto cała załoga okrętu złożona jest wyłącznie z młodych kobiet któremi komenderuje bezpośrednio pani Hébert. Pan Hébert odgrywa rolę fachowego strażnika trudnej sztuki marynarskiego żywota.

Okręt robi niezwykłe wrażenie. Na pokładzie uwijają się młodziutkie, ładne dziewczęta, w ślicznych męskich marynarskich kostjumach i fantazyjnie włożonych na głowę czapeczkach. Twarze roześmiane. Humory znakomite. Z taką załogą mały statek masztowy, prawdziwy wzór czystości i elegancji, robi wrażenie wielce oryginalne, wygląda — jak fantastyczny statek z nieznanej bajki.

„Marynarze" pochodzą bez wyjątku z rodzin o wysokiej pozycji socjalnej, wszystkie są bogate i wykształcone. Dobrowolnie rzuciły wygody i bogactwa swych domów, przywileje nieróbstwa swojej klasy społecznej i zaciągnęły się do służby marynarskiej, tworząc jedyną w świecie żeńską załogę okrętu. Spełniają prace ciężkie i nieprzyjemne. Równie wesoło wspinają się po linach, jak szorują pokład, gotują pożywienie i sprzątają kajuty.

Proste życie ludzi morza, o którem tak cudownie pisał Conrad-Korzeniowski, stało się ich życiem własnem. Oddały za nie — komfort i przyjemności miejskiego życia, pozbawionego wprawdzie pracy i kłopotów, ale nazbyt pełnego radjorejwachu, nudy i pustki.

Porucznik Hébert znalazł nową formę wspaniałej, życiowej manifestacji piękna sportu.

———o———

Załoga jest karna i zdyscyplinowana. Nikt nie ma prawa opuszczać okrętu bez specjalnego pozwolenia kapitana.

Mieszkają w wielkiej kajucie, śpią w zwykłych, przepisanych hamakach. Proste, niewyściełane krzesła otaczają duży stół w pokoju stołowym. Zrezygnowały z kokieteryjnych zabiegów toaletowych. Puder i kosmetyki — nie istnieją. „Maquillage" nie stosowany. Rolę jego pełni słońce, wiatr, woda morska i powietrze.

Wszystko na okręcie wykonują same. Gotują, sprzątają, zakładają żagle, wykonują wszystkie niezbędne na okręcie manewry i czynności. Niema zupełnie służby. Uczą się oceanografji, a ponadto — wykonują na okręcie wszystkie ćwiczenia fizyczne, przepisane obowiązkowo dla załogi okrętów francuskiej floty morskiej.

Por. Hébert opowiada:

„Konstatuję doskonały wpływ mojej metody. Żadna praca od dziewcząt tych wymagana nie jest dla nich zbyt męcząca. Przeciwnie: służy do rozwoju ich sił. Praca, zajęcia sportowe, wykonywane na powietrzu, życie spokojne, dnie wypełnione koniecznemi obowiązkami pracy — dają im radość i rozwijają ich siłę moralną, — walory w życiu współczesnem nie do pogardzenia.

„Mam wrażenie, że życie na okręcie stanowi najlepszy sposób spędzenia wakacyj i daje korzyści rzetelne. Nigdy, żadna z obecnej załogi Alcyonu nie zazdrościła — egzystencji krzykliwej, powierzchownej i sztucznej, jaką prowadzą ich eleganckie koleżanki w modnych miejscowościach kuracyjnych.

„Nie, dwanaście moich wilczyc morskich niczego nie żałują. Zrozumiały i błogosławią wielkie dobrodziejstwa sportu na wolnej przestrzeni morza".

———o———

Tyle — por. Hébert o swym śmiałym eksperymencie sportowym.

W chwili obecnej — idea powrotu do natury wciąż zyskuje na znaczeniu. Odzwierciedleniem tego kierunku jest wzrastająca popularność obozów, campingu, turystyki. Życie na morzu — tak ładnie zrealizowane dla pewnej grupy kobiet przez p. Héberta — jest nowym i niezmiernie cennym wkładem w tej dziedzinie.

Na rok przyszły p. Hébert, zachęcony powodzeniem, zamierza rozszerzyć swą ideę morskich wypraw na okrętach, obsługiwanych przez załogi kobiece. Zyskał dla swojej pięknej sprawy — uniwersyteckie środowiska kobiece, z pomocą których napewno przeprowadzi akcję na szerszą skalę.

Zaznaczyć warto, że załoga Alcyonu składa się z panienek o różnej przynależności państwowej. Jest więc możliwe, że za przykładem Francji pójdą także i inne kraje.

K. M.

NIEPOWODZENIE BIEGÓW NAPRZEŁAJ

Lekkoatletyka jest w chwili obecnej najbardziej wziętym sportem w naszym świecie kobiecym. W ciągu kilku zaledwie lat praktyki — osiągnęła u nas wysoki poziom, stojąc w chwili obecnej narówni z najsilniejszemi zespołami europejskiemi, niewiele ustępując jedynie Anglji i Niemcom. Jednocześnie zdobyła sobie bardzo liczne szeregi zawodniczek zarówno w stolicy, jak i w miastach prowincjonalnych. Rozmach rozwoju lekkoatletyki kobiecej zapowiada nam dalsze, jeszcze większe i szybsze postępy w latach przyszłych.

Nie mamy dziś w lekkoatletyce punktów słabych. W każdej konkurencji, nie wyłączając skoku wzwyż gdzie do niedawna zawodniczki nasze były słabe, obecnie najlepsze nasze siły znajdują się na honorowych miejscach, w pierwszej dziesiątce najlepszych lekkoatletek świata.

Bilans kilkuletniego rozwoju naszej lekkoatletyki kobiecej uważać możemy za bardzo pomyślny i z radością stwierdzić można, że materjał sportowy w masach młodzieży kobiecej jest znakomity, zarówno pod względem kondycji fizycznej, jak i walorów moralnych.

Jeden tylko punkt w lekkoatletyce kobiecej nie domaga chronicznie od samego swego początku aż po dzień dzisiejszy. Punktem tym jest bieg naprzełaj. W roku bieżącym do konkurencji tej o mistrzostwo Polski, gdzie punktowanych jest pierwsze sześć miejsc, stanęły na starcie zaledwie dwie zawodniczki z całej Polski, co znakomicie dyskredytuje ten punkt naszych mistrzostw i zdaje się wskazywać, że coś tu nie jest w porządku.

Gdzie tkwi zło przyczyna niepopularności tej konkurencji, podczas gdy wszystkie inne punkty lekkoatletyki cieszą się wśród kobiet niebywałem powodzeniem?

Aby zbadać przyczyny — trzeba się cofnąć wstecz. W roku 1927 urządzony bieg naprzełaj na dystansie 1400 mtr. wywołał protest ze strony prasy i lekarzy. Podkreślano zmęczenie a nawet wyczerpanie niektórych zawodniczek. Po biegu tym dr. Dyb. znakomity lekarz sportowy i znawca sportu kobiecego pisał w Nr. 3 z 1927 r. pisma naszego:

„Bieg naprzełaj na przestrzeni 1400 mtr. stanowi dla kobiet większy wysiłek, niż męskie biegi na 4 — 6 klm. Specjalny lekarski komitet angielski wykluczył z konkurencyj kobiecych biegi dłuższe ponad 800 mtr. Najdłuższym biegiem dopuszczalnym jest bieg na 800 mtr., a biegi naprzełaj istnieją tylko, jako towarzyska przyjemność, nie są zaś dopuszczane w formie zawodów".

Niestety, zainteresowane władze nie wyciągnęły z uwag powyższych żadnych konsekwencyj. Biegi naprzełaj urządzano nadal, a dystans ich — jak w roku bieżącym — zwiększono nawet do 1500 mtr.

Tymczasem u nas jedyny bieg długodystansowy na bieżni, wynoszący 800 metrów, nie cieszy się zbyt wielkiem powodzeniem. W każdym razie jest to najmniej obsyłany punkt lekkoatletyki, a na starcie rzadko widzimy więcej niż kilka biegaczek. Dowodzi to jaskrawie, że długie dystanse nie pociągają kobiet i muszą je zbytnio męczyć.

Parokrotnie organizowane biegi naprzełaj na dystansie 1500mtr. — odstraszyły nasze lekkoatletki. Frekwencja na starcie malała. Silny stopień zmęczenia, odczuwany po biegu, bynajmniej nie zachęcał do ponównych startów.

W wyniku tych upartych eksperymentów stało się, że zawody w biegach naprzełaj miast odegrać rolę propagandową, wzmóc popularność tej konkurencji i zachęcić szersze grona do jej uprawiania — stały się znakomitym środkiem antypropagandowym, odstraszając biegaczki od brania w niej udziału.

Tymczasem — biegi naprzełaj stanowią znakomity trening, niezmiernie przydatny do szeregu sportów, jak lekko-atletyka, narciarstwo, wioślarstwo i t. d. Zagranicą są niezmiernie popularne i gromadzą na starcie liczne szeregi biegaczek. — U nas — wskutek antypropagandowego wpływu zawodów w biegach naprzełaj — konkurencji tej prawie nikt nie uprawia.

Po trzech latach niepowodzeń, obecnie najwyższy jest czas, aby władze lekkoatletyczne zechciały poddać rewizji swój stosunek do kobiecych biegów naprzełaj.

Zmniejszenie dystansu do 800 metrów — wydaje się koniecznością, które zadecyduje o powodzeniu biegów naprzełaj.

W.



Zespół strzelecki Komitetu Przysp. Kobiet do Obrony Kraju.

HALLO, HALLO!

Sport posiada niewątpliwy wpływ na modę. Nikt temu dziś nie zaprzecza. Można nawet pójść dalej i stwierdzić, że sport stworzył i w dziedzinie mody specjalny kierunek, zmuszając projektodawców ubrania — dostosować się do jego wymogów.

Ostatnio z Londynu zasygnalizowano nam ciekawą kombinację ubrania cywilno-sportowego zarówno dla pań, jak i dla panów. Chodzi tu o cele oszczędnościowe — zarówno pieniężne jak i czasu. Nie każdy sprawić sobie może ubranie specjalnie sportowe, nie każdy też ma czas i ochotę wciąż się przebierać.

Dlatego też krawcy londyńscy wymyślili ciekawą kombinację ubrania, które w ciągu jednej chwili może być „przepięte" z cywilnego na sportowe i naodwrót.

Ilustracja nasza pokazuje wyraźnie, jak „rzecz" naprawdę wygląda.

—o—

Sport wodnomotorowy cieszy się wszędzie, a specjalnie w Anglji, wzrastającą z roku na rok popularnością. A wraz z rozwojem tego sportu — wzrasta zarazem popularność jazdy na akwaplanie, to jest na specjalnej desce, przyczepionej na linie do łodzi.

Jazda na akwaplanie daje wiele emocji, ale zarazem wymaga zdolności i umiejętności prawie akrobatycznych, nie mówiąc już o walorach odwagi, bez której lepiej nie próbować. Przy szybkiej jeździe łodzi motorowej wykazać trzeba wielką umiejętność zachowywania równowagi, aby nie spaść z deski.

Nauka jazdy na akwaplanie wymaga wielokrotnych przymusowych kąpieli.

Ilustracja nasza pokazuje najnowszy typ angielskiego akwaplanu.

—o—

Boks nie jest sportem odpowiednim dla kobiet, niema co do tego dwóch zdań. — Ale sam trening bokserski, szczególniej z piłką (punching-ball) daje człowiekowi znakomite rezultaty, a zarazem najzupełniej odpowiada wymogom sportu kobiecego.

W pierwszym rzędzie trening bokserski wyrabia siłę, szybkość orjentacji, zręczność i gibkość oraz elastyczność ruchów. Te zalety treningu bokserskiego podchwyciły tancerki, których zawód wymaga wielkiej sprężystości, siły, zręczności i wytrzymałości fizycznej. Uznały one, że boks stanowi dla nich świetną zaprawę.

Oczywiście, mamy tu na myśli tancerki angielskie, z których jeden z najsławniejszych zespołów widzimy na ilustracji.

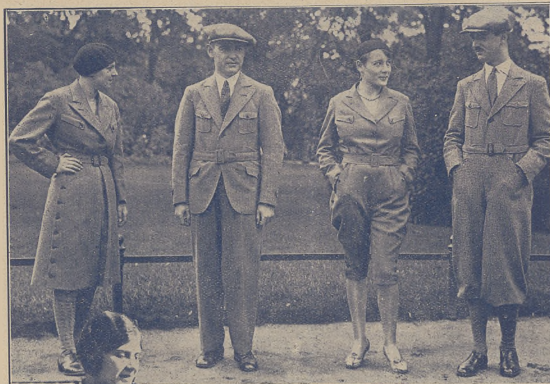
Tancerki te twierdzą, że trening bokserski wyrabia również i grację...

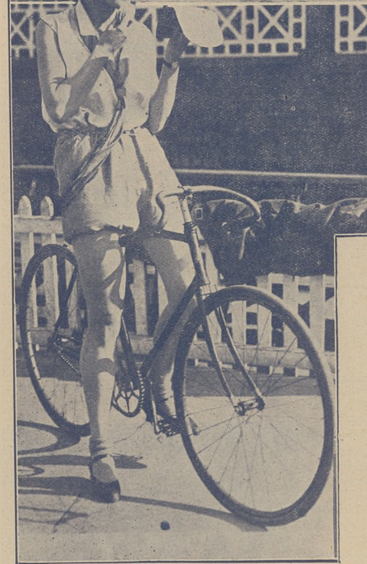
—o—

W Anglji i Francji sport kolarski cieszy się dużem powodzeniem. Rower służy tamtejszym paniom sportującym nietylko dla celów turystyki, jak np. w Holandji czy Danji, nie mówiąc już o jego wielkiem znaczeniu jako środka komunikacji. — lecz również i dla zawodów krótko i długodystansowych.

„Kolarki" angielskie i francuskie stają do zawodów zarówno na szosie, jak i na torze. Osiągają niezłe wyniki. Ale zdaniem ogółu nawet sportowego, zawody kolarskie mają tyle minusów estetycznych dla pań, że właściwie płeć piękna winna zrezygnować z emocji walki w tej specjalności sportowej.

Trzeba jednak przyznać, że rowerzystka angielska, której postać reprodukujemy, wygląda wcale ładnie.





U góry: kombinacje ubrania cywilno sportowego. U dołu: elegancka rowerzystka angielska.







U góry: tancerki angielskie trenują boks. U dołu: automat bokserski. W środku: najnowszy typ akwaplanu.

Znaczenie urządzeń automatycznych w naszem nowoczesnem życiu kolosalnie wzrasta. Nie mówiąc już o człowieku — mechanicznym, który jest koroną techniki, korzystamy przecież ustawicznie z pomocy najprzeróżniejszych automatów.

W sporcie — automaty również mają swoje pole działania. Ale służą nie do zastępowania pracy ludzkiej, a do mierzenia jej siły i natężenia.

Najnowszym produktem przemysłu „automatycznego" — jest automat do boksu. Po wrzuceniu przepisanej monety do wnętrza automatu, każdy może przekonać się o sile swego ciosu i o swych kwalifikacjach na boksera, gdyż powie mu o tem — zegar automatu.

Wygląd tego punching-ball automatu można studjować na naszej ilustracji.

NASZ DOROBEK W HAZENIE





Dwa emocjonujące momenty z meczu hazeny Warszawa — Czechosłowacja.

Przed kilkoma laty, dyskutując nad sposobami, jakiemi dałoby się osiągnąć w szybkiem tempie wciągnięcie mas kobiecych do sportu i kultury fizycznej, stanęłyśmy na stanowisku, że rolę idealnego propagatora spełnić mogą nietyle sporty indywidualne, ile właśnie jakaś zespołowa gra, zdolna pociągnąć swą atrakcyjnością młodzież. Opieraliśmy się, stawiając taki wniosek, na doświadczeniach sportu męskiego, gdzie rolę bramy, przez którą wpłynęły do sportów masy młodzieży, odegrała niezawodnie piłka nożna.

Na grę taką czekaliśmy dość długo. Zarówno koszykówka, jak piłka ręczna, — zawiodły. I dopiero przed trzema laty wprowadzona do Polski przez p. Szmidtównę z „Polonji" czeska gra kobieca **hazena**, okazała się jedynie dla celów naszych odpowiednia.

Gra ta wykazała się dużemi walorami i zyskała dość szybko na gruncie warszawskim popularność. Szybka, kombinacyjna, żywa, ciekawa taktycznie i technicznie, obfitująca w silne momenty atrakcyjne — podobała się. Kluby i sekcje kobiece natychmiast ją sobie przyswoiły i w ciągu lat niespełna trzech — mamy dziś w stolicy kilkanaście drużyn hazeny. Na dobro hazeny trzeba i to jeszcze powiedzieć, że gra ta — jedyna z pośród uprawianych dotąd u nas gier kobiecych — posiada duże walory widowiskowe. Dla rozwoju i powodzenia gry — moment powyższy posiada duże znaczenie.

Za przykładem Warszawy poszła Łódź. Łodzianki grać zaczęły w hazenę później od Warszawianek, lecz mimo to szybko dociągnęły się do poziomu ich gry, a najlepsza łódzka drużyna, Ł. K. S., uważana była słusznie za równorzędną najlepszym zespołom stolicy.

Poza powyższe dwa miasta — hazena dotąd nie wyszła. Niewątpliwie zadecydował o tem brak instruktorek tej gry w miastach prowincjonalnych, a także niedostateczna propaganda.

Rok bieżący uważać możemy dla hazeny za przełomowy w sensie jak najbardziej pomyślnym dla jej dalszego rozwoju. Na terenie stolicy liczba drużyn wzrosła, a rozgrywki jej wywołały sporo zaciekawienia i zdobyły sobie wielu zwolenników wśród widzów. Ewenementem sezonu — było zdobycie mistrzostwa Polski przez Łódzki Klub Sportowy, który po zaciętej i wyrównanej walce pobił mistrzynię Warszawy, Grażynę. Fakt ten posiada znaczenie większe, niżby się to wydawać mogło, doświadczenie bowiem uczy nas, że wszelkie triumfy prowincji zagrzewają do pracy wszystkie ośrodki prowincjonalne, które zawsze najwięcej boją się hegemonji stolicy, a widząc możliwości zwycięstwa nad nią, zyskują silny bodziec do pracy.

Największem wydarzeniem sezonu były dwa mecze, rozegrane w stolicy z czeszkami przez reprezentację Łodzi i Warszawy. W obu meczach czeszki wygrały, ale Łódź wyszła z pobitego pola z korzystniejszym wynikiem (2:10), aniżeli Warszawa (2:15). O tak ciężkiej porażce warszawskich hazenistek zadecydowało niewłaściwe ustawienie zespołu, który złożono z reprezentantek kilku klubów, przytem nowy ten skład nie rozegrał ani jednego meczu treningowego. W napadzie grały trzy napastniczki środkowe. Na tak skonstruowanym zespole fatalnie zaciężył brak zgrania i rozumienia się wzajemnego. To też, pomimo wielkiej ambicji i ofiarności warszawskiej reprezentacji, w której specjalnie wyróżniła się Sadkowska (Grażyna) i Wenclówna (Skra) — zespół grał słabo.

Czeszki stanowiły drużynę znakomicie zgraną, a pod względem techniki znakomicie przewyższały polskie hazenistki.

Pomimo odniesionych porażek, — oba mecze z czeszkami dały nam niezaprzeczone korzyści. Hazenistki nasze po raz pierwszy ujrzały klasyczną grę hazeny i niewątpliwie nauczyły się wiele. Mecze te wywołały zarazem duże zainteresowanie wśród publiczności, co zapewni w przyszłości naszej hazenie powodzenie z punktu widzenia widowiskowego.

Sezon tegoroczny hazeny w sumie uznać można za pomyślny. Rok przyszły winien zaznaczyć się silnym rozwojem tej gry w środowiskach prowincjonalnych, a w Warszawie i Łodzi dalszem podniesieniem klasy gry.

Rywalizacja dwuch najsilniejszych w Polsce zespołów — warszawskiej Grażyny i Łódzkiego Klubu Sportowego, zapowiada się na rok przyszły bardzo ciekawie. Obiecujemy sobie po tej rywalizacji — poważnych postępów w technice i taktyce gry.

ŁYŻWIARSTWO KOBIECE NA XVI KONGRESIE

MIĘDZYNARODOWEGO ZWIĄZKU ŁYŻWIARSKIEGO

W dniach: 30, 31 maja i 1 czerwca 1929 r. odbył się w Oslo XVI Międzynarodowy Kongres Łyżwiarski.

Pierwszy bodaj raz od powstania Międzynarodowego Związku Łyżwiarskiego — sprawa łyżwiarstwa kobiecego była tak szeroko i zasadniczo omawiana na powyższym Kongresie.

Jak wiadomo, historja łyżwiarstwa kobiecego kroczy razem z historją łyżwiarstwa wogóle. Natomiast na oficjalnej międzynarodowej placówce kobiety nie zostały dotychczas dopu zczone do korzystania ze swych praw, na równi z mężczyznami, czego dowodem dobitnym jest fakt, że do czasu obecnego Kongresu, przepisy Międzyn. Związku Łyżw. nie przewidywały dla kobiet zawodów w jeździe wyścigowej wogóle, zaś w jeździe figurowej jedynie zezwalały na Mistrzostwo Świata, natomiast wykluczały je od mistrzostw Europy.

Niezrozumiałem staje się powyższe, o ile się zważy, że pierwsze zawody oficjalne na świecie, w jeździe wyścigowej, odbyły się (1801 r.) właśnie między kobietami, a nie — mężczyznami. Takie traktowanie zdolności łyżwiarskich kobiet, czy celowości sportów kobiecych wogóle, przez 15 dotychczasowych kongresów, M. Z. Ł. (przez kilkadziesiąt lat), daje się wytłumaczyć chyba tem tylko, że między przedstawicielami różnych narodów na Kongresach tych brakło kobiet, których, oczywiście, do tej pory nie pytano o zdanie i do głosu wogóle nie dopuszczono.

Zasadniczy zwrot w tym kierunku widzimy dopiero na Kongresie XVI, na którym sprawa łyżwiarstwa kobiecego została szeroko omówiona i posunięta nieco naprzód.

Zasługa tego zwrotu należy się niewątpliwie w pierwszym rzędzie Polsce, a następnie Łotwie. Łotwa mianowicie postawiła wniosek, o wprowadzenie dla kobiet w jeździe figurowej i parami mistrzostw Europy, co Kongres przyjął.

Polska (t. j. Polski Związek Łyżwiarski) natomiast postawiła wniosek o wprowadzenie dla kobiet mistrzostw Europy i Świata w jeździe wyścigowej na łyżwach.

Wniosek Polskiego Związku Łyżwiarskiego brzmi, jak następuje:

„XVI Kongres M. Z. Ł. raczy uchwalić:

1) począwszy od sezonu zimowego 1929/30 wprowadzenie mistrzostw Europy i Świata dla kobiet w jeździe wyścigowej na łyżwach,

2) ustalenie obowiązujących dystansów o tytuł mistrzyni dla kobiet w jeździe wyścigowej na łyżwach na 500, 1500, 3000 i 5000 m., oraz prowadzenie w ewidencji rekordów światowych na dystansach: 500, 1000, 1500, 3000 i 5000 m.,

3) w związku z powyższem odpowiednie uzupełnienie międzynarodowych przepisów zawodów łyżwiarskich.

W ostatecznem głosowaniu za wnioskiem opowiedziało się 5 państw (Anglja, Belgja, Czechosłowacja, Francja, Polska), przeciw 11 (Austrja, Danja, Finlandja, Holandja, Kanada, Niemcy, Norwegja, Stany Zjednoczone, Szwajcarja, Szwecja i Węgry) przy jednym głosie wstrzymującym się od głosowania (Łotwa), a więc $\frac{1}{3}$ Kongresu głosowała za wnioskiem polskim.

Zanalizujmy jednak to głosowanie.

Według ścisłego protokułu z Kongresu nadesłanego nam przez naszego przedstawiciela wynika, iż wniosek nie uzyskał dostatecznej ilości głosów tylko dlatego, że — jak się wyraził prezes M. Z. Ł. p. Salchow, „zawody pań w jeździe wyścigowej na łyżwach dotychczas za mało są rozpowszechnione".

Jak jednak żywotnym jest omawiany wniosek Polski świadczą słowa, jakie wypowiedział na Kongresie Dr. Mały, przedstawiciel Niemieckiego Związku łyżwiarskiego w Czechach, że sprawę zawodów pań o mistrzostwa Europy i Świata w jeździe na szybkość, należy podjąć później, gdy takie zawody będą bardziej rozpowszechnione. Wówczas Polski Związek Łyżwiarski będzie mógł się szczycić tem, że podjął pierwsze kroki w tym kierunku"

Prywatnie natomiast wiemy, że niektóre państwa głosowały przeciw, ponieważ poprostu nie posiadają zawodniczek do jazdy wyścigowej.

Jeżeli dalej zważymy, że Kanada i Stany Zjednoczone nie otrzymały naszego wniosku na czas i nie miały dyrektyw od swych związków, możemy mieć nadzieję, że na Kongresie XVII, t. j. w 1932 we Wiedniu, wniosek polski ostatecznie uzyska dostateczną ilość głosów.

Dziś, bezwątpienia, stoimy najlepiej na świecie pod względem zawodniczek w szybkiej jeździe na łyżwach. Ale musimy sobie dokładnie zdawać sprawę z faktu, że po obecnym Kongresie państwa, które głosowały, za, czy przeciw polskiemu wnioskowi, będą szykowały swe zawodniczki do przyszłej walki na terenie międzynarodowym.

Nie traćmy więc czasu, organizujmy, uczmy i trenujmy nasze zawodniczki, by nie dały sobie w przyszłości wyrwać palmy pierwszeństwa w tym pięknym sporcie.

Dużo dopomóc może w tej pracy Polski Związek Łyżwiarski i Warszawskie Towarzystwa Łyżwiarskie, które pierwsze oficjalnie przystąpiły do organizowania zawodów wyścigowych na łyżwach wśród kobiet.

Dziś jedna z naszych zawodniczek posiada najlepsze czasy na świecie, na dystansach: 500, 1000, 1500, 3000 i 5000 mtr. Wyczyny te są rekordami światowemi, dopóki zawodniczka innej narodowości ich nie pobije.

E. Nehring.

Z PLECAKIEM

Było nas osiem. To też, gdy pewnego pięknego poranku postanowiłyśmy, że lato spędzimy wspólnie na włóczędze, przypuszczałam, iż nigdy nie zdołamy uzgodnić terenu naszej wędrówki. Każda z nas w tem czy innem towarzystwie włóczyła się już bardzo wiele i niejeden szlak turystyczny znałyśmy jak „własną kieszeń". Dotąd jednak uznawałyśmy tylko dwa typy włóczęg, albo krajoznawczą z nocowaniem po dworach lub stodołach, albo też z namiotem w górach. Wobec tego postanowiłyśmy stworzyć trzeci typ i powędrować z namiotem przez równiny. Gdyśmy się na to zdecydowały — wybór był nietrudny, któż bowiem nie zdecydowałby się na nasze wybrzeże morskie.

Któż nie zna Rozewia i Rzucewa, Kartuz i jeziora Żarnowieckiego i tylu, tylu innych miejscowości, które jak słupy drogowe znaczą szlaki wędrowne po naszem Pomorzu i ziemi Kaszubskiej. Nie będę ich opisywać, powiem tylko, że w całej naszej czterotygodniowej włóczędze nie było ani jednego dnia, w którym nie byłyśmy olśnione bądźto wyjątkowo pięknym krajobrazem, bądź też ciekawym zabytkiem.

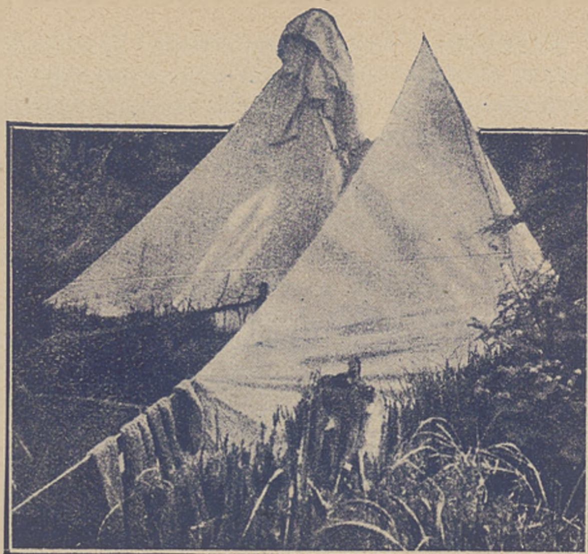
I nie wiem, czy może być przyjemniejszy i tańszy sposób spędzania wakacyj niż jakaś włóczęga, czy lądem czy wodą, czy w górach, czy na nizinie. Pierwszą przyjemnością było planowanie marszruty już niemal od zeszłej jesieni. Kto tego nie robił, stracił wiele przyjemności. Mapa! Nie ta obrzydliwa, którą kiedyś kazano rysować w szkole i którą dzisiaj jeszcze napewno zadręczają biedne dzieci, ale ta kochana mapa sztabowa, nad którą można spędzać godziny tak przyjemnie jak nad najbardziej interesującą książką. Nie było naszym zamiarem ustalanie rekordów marszowych — było nam wszystko jedno, ile przejdziemy. Stąd ramowy nasz program przewidywał piętnastokilometrowe etapy dzienne przez dwadzieścia dni. Reszta na odpoczynki, bo te cztery tygodnie były całemi naszemi wakacjami.

W rzeczywistości przeszłyśmy więcej, bo przecież niepodobna zgóry przewidzieć, że w pobliżu naszego szlaku będzie odpust, a gdzieindziej jakiś równie ważny powód do nadłożenia drogi. Zawsze około 350-ciu kilometrów zrobiłyśmy — my i nasze buciki, które oczywiście utrudziły się więcej niż ich właścicielki.

Podział ról wycieczkowych to też nielada przyjemność, każda zyskuje tytuł, prawa i obowiązki. Jest więc prowiantmistrzyni, jest kwatermistrzyni, minister od opału, sanitarjuszka, skarbniczka, fotografka, mapo — i krajoznawczyni oraz wreszcie ostatnia miała funkcje reprezentacji zewnętrznej, to znaczy rozmowy ze wszystkimi, z którymi los nas stykał. Na tę funkcję najmniej było amatorek i wreszcie, powiem to pocichu, dostała ją ta, co najlepiej umiała „robić oko".



Zabawa w obozie.



Piękny widok obozu.

Jeszcze raz twierdzę, że był to stanowczo najmilszy sposób spędzenia wakacyj. Ruch, mnóstwo wrażeń, przyjemność życia niezależnego, jak najdalej od t. zw. cywilizacji, to wszystko daje niecodzienne przyjemności. Od wycieczki, podczas której nocuje się w stodołach, czy w domach, czy w hotelach, o wiele milsza jest taka włóczęga, gdzie każdy wieczór można spędzić przy ognisku i rozkoszować się niczem niezamąconym spokojem przyrody. Od stałego zaś obozu o wieleż milszem jest to wędrowanie z jednego miejsca w drugie, doznawanie codzień tylu nowych wrażeń.

Rozkład naszego dnia bardzo był prosty: Wstawałyśmy jak się zdarzyło, bo żaden regulamin nigdzie nie został na szczęście napisany, a tylko obowiązywała umowa z poprzedniego dnia. Śniadanie gotowane było różnie. Nie gorszcie się harcerki, ale miałyśmy ze sobą maszynkę spirytusową. Gdy było dosyć chróstu gotowałyśmy na ogniu, czasem jednak rozpalenie ogniska sprawiałoby tak wiele kłopotu, że nasza maszynka wyratowała nas z niejednej opresji.

Po śniadaniu namioty do plecaka i w drogę. Namioty nasze, to najbardziej ukochana rzecz pod słońcem. Każdy na cztery osoby, leciutkie, składane. Jeden, sprowadzony z Anglji, z cieniutkiego jedwabiu ważył trzy i pół kilo, wraz z aluminjowemi kołkami. Ponieważ składał się z dwóch części, więc niebardzo każda taka część obciążała plecak. Drugi namiot, zwany „Lopkiem" zrobiony był w Polsce z aeroplanowego jakiegoś materjału i ważył bardzo niewiele więcej, a był krajowy!

Czas marszu był bardzo różny, zależny od tego, co chciałyśmy zwiedzić. Były nawet dnie, kiedyśmy cały dzień spędziły na plaży, nocując potem w tem samem miejscu co poprzednio i to oczywiście było zwykle najbardziej niespodziane. Obiad czasem gotowałyśmy same, na kuchni polowej, bądź na użyczonym kominie, czasem jadłyśmy „z szykiem" w restauracji, a czasem nie jadłyśmy w południe nic gorącego, odkładając tę sprawę na wieczór. W rozmaitości życia tkwi przecież jego urok.

I tak spędziłyśmy dni dwadzieścia osiem. Może kto powie, że to nie był obóz, może kto stwierdzi, że to nie był sport, — wszystko mi jedno, wiem tylko, że było to dla nas źródło radości życia na wiele, wiele dni.

S. T.

PO LEKKOATLETYCZNYM SEZONIE MIĘDZYNARODOWYM

BILANS NAJLEPSZYCH WYNIKÓW

Rok 1929 wykazał nowy postęp w kobiecej lekkiej atletyce. Nic dziwnego, bowiem najmłodszy chyba ze sportów powinien corocznie posuwać się naprzód. Jeśli w męskiej lekkiej atletyce wynikom światowym niewiele już braknie do maksymum możliwości ludzkiej, to w sporcie kobiecym sporo jeszcze się zmieni i do skrystalizowania granicy ideału dużo potrzeba. Dziś nie można jeszcze w żaden sposób określić cyfrowo wyników, jakie zdolna jest osiągnąć kobieta i pewnem jest, że corocznie rezultaty będą się stale poprawiać.

W Europie czołowemi państwami są Niemcy i Anglja, a za niemi idzie Francja, Holandja, Polska, dalej Szwecja, Austrja, Belgja, Czechosłowacja i t. d. Z krajów zamorskich najlepiej stoją Kanada, USA i Japonja. Nie będziemy jednak rozpisywać się o wartościach tego czy innego wyniku, nie będziemy teraz omawiać stanowiska Polski w tym międzynarowym koncercie, niechaj przemawiają cyfry.

W sezonie tegorocznym najlepsze wyniki osiągnęły:

Bieg 100 mtr.: 1—2) Robinson (Canada) i Gellius (Niemcy) po 12.1 s., 3 i 4) Hitomi (Japonja) i Cook (Kanada) po 12.2 s. 5 — 8) Washburn (USA), Pladisch (Niemcy), Notte (Niemcy) i Walker (Anglja) po 12.4 s. 9) **Walasiewiczówna (Polska) 12.5 sek.**; 10 — 11) Dauksza (Łotwa) i Teitelbaum (Estonja) po 12.6 s., 12—13) Thomson (Anglja), Kolbach (Austrja) i Dollinger (Niemcy) po 12.7 s.

Bieg 200 mtr. 1) Hitomi (Japonja) 24.7 s.; 2—3) Gellius i Lorenz (Niemcy) 26 s., 4) Dollinger (Niemcy) 26.1 s., 5) Schmidt (Niemcy) 26.2 s., 6) King (Anglja) 26.3 s., 7) **Walasiewiczówna (Polska) 26.6 s.**, 8—9) Hrebrinowa (Czechy) i Vellu (Francja) po 26.8, 10) Wagner (Austrja) 26.9 s. Wyników amerykańskich nie podajemy z powodu braku danych.

Bieg 800 mtr. 1) Dollinger (Niemcy) 2:17.5, 2) Stramm (Niemcy) 2:21.6, 3) Christinan (Anglja) 2:3.8, 4) Lenz (Niemcy) 2:24.4, 5 — 6) Grabowski (Niemcy) i Lingner (Niemcy) po 2:25, 7) Streater (Anglja) 2:25.8, 8) Batchauer (Niemcy) 2:26.3, 9) Marchim (Włochy) 2:27.8, 10) Bobrochi (Włochy) 2:29, 11) Siegner (Niemcy) 2:29.9, 12) Seegers (Belgja) 2:30.2, 13) **Kilosówna (Polska) 2:30.3**, 14) **Tabacka (Polska) 2:30.8.**

Bieg 80 mtr. płotki: 1) Hatt (Anglja) 12.3 s., 2—3) Warren (USA) i Becker (Niemcy) po 12.4 s., 4 — 7) Cornell (Anglja), Haux (Niemcy), Pirch (Niemcy) i Dejong (Holandja) po 12.6, 8) Bredow (Niemcy) 12.7, 9—11) **Schabińska (Polska)**, Jacobson (Szwecja) i Singer (Austrja) **po 12.8**, 12 i 13) Laloz (Francja) i **Freiwaldówna (Polska) po 13.1** sekund.

Skok wzwyż. 1) Gisolf (Holandja) 160.8 cm., 2) Schiley (USA) 160.4 cm., 3) Schamanowa (Rosja) 155 cm., 4) Notte (Niemcy) 152 cm., 5—6) Kelly (Anglja) i Braunmiller (Niemcy) 151.5 cm. 7) **Krajewska (Polska) 150.5 cm.**, 8—9) Grieme (Niemcy) i Stevens (Belgja) po 150 cm., 10 — 11) Kohler (Niemcy) i Milm (Anglja) po 147 cm., 12) **Janowska (Polska) 146 cm.**

Skok wdal: 1) Hitomi (Japonja) 573 cm., 2—3) Grieme (Niemcy) i Cornell (Anglja) po 569 cm., 4) Schlamm (Niemcy) 565 cm., 5) Gunn (Anglja) 562 cm., 6) Lepine (Łotwa) 561 cm., 7) Brieser(Holandja) 556 cm., 8) Amthor (Niemcy) 555 cm., 9) **Walasiewiczówna (Polska) 550 cm.**, 10) Scharp (Niemcy) 548 cm., 11) Braunmiller (Niemcy) 545 cm., 12) Szamanowa (Rosja) 543 cm. 13) Gagneux (Francja) 541 cm., 14) Wagner (Austrja) 540.5 cm.

Rzut kulą: 1) Heublein (Niemcy) 12.85 m., 2) Mc. Donald (USA) 12.80 m., 3) Fleischer (Niemcy) 12.40 m., 4) Hermann (Niemcy) 12.13 m., 5) Jungkunz (Niemcy) 11.93 m., 6) Perkaus (Austrja) 11.58 m., 7) Jakobb (Niemcy) 11.13 m., 8) **Lewinówna (Polska) 11.07**, 9) **Konopacka (Polska) 10.71.**

Rzut dyskiem: 1) Fleischer (Niemcy) 37.95 m., 2) Witkowski (Niemcy) 37.74 m., 3) Moldenhauer (Niemcy) 37.62 m., 4) Mäder (Niemcy) 37.51 m., 6) Vellu(Francja 37.10, 7) Svedberg (Szwecja) ~~35.10~~ 36.81), 8) Schleicher (Niemcy) 36.51, Reuter (Niemcy) 35.90 m., 10) Perkaus (Austrja) 35.60, 11) Vodickova (Czechosłowacja) 34.99, 12) Heublein (Niemcy) 34.90 m.

Rzut oszczepem: 1) Warnier (Francja) 39.28 m., 2) Schumann (Niemcy) 38.87 m., 3) Hill (USA) 38.82 m., 4) Fleischer (Niemcy) 38.25 m., 5) Jakobb (Niemcy 38.24, 6) Rerh (Francja) 38.10, 7) Hargus (Niemcy) 37.82 m., 8) Svedberg (Szwecja) 37.82 m., 9) Haux (Niemcy) 36.60, 10) **Lonka (Polska) 35.11.**

Jak widzimy z tych zestawień, Polska w każdej konkurencji zajmuje dobre miejsce. Najlepiej uplasowała się Konopacka, osiągając piąte miejsce w dysku. Walasiewiczówna że swoim wynikiem na 200 mtr. jest na siódmem miejscu, podobnie jak Krajewska w skoku wzwyż. Ósme miejsca zajmują Walasiewiczówna w skoku wdal i Lewinówna w kuli. Dziewiąte miejsca przypadły Schabińskiej (płotki), Lonce (oszczep), Konopackiej (kula) i Walasiewiczównie (100 mtr.) A zatem liczba naszych zawodniczek w pierwszej dziesiątce najlepszych lekkoatletek Europy dość pokaźna.

A .Szenajch.



Krajewska osiągnęła najlepszy u nas wynik w skoku wzwyż.

NAUKA PŁYWANIA W SZKOŁACH WIEDEŃSKICH

Podług sprawozdania A. Fiebera, Wiedeń, streściła E. Dziewulska.

Pływanie, przedmiot obowiązujący, zostało wprowadzone w szkołach wiedeńskich z rokiem szkolnym 1926/7.

W tym celu oddano do użytku młodzieży dwie największe kryte pływalnie wiedeńskie — Amalienbad i Jörgerbad — na pięć dni w tygodniu, od wtorku do soboty, w godzinach od 8-mej do 14-tej. Rada szkolna wyznaczyła po 4 siły instruktorskie na pływalnię (2 nauczycieli i 2 nauczycielki) oraz lekarzy szkolnych, którzy przeprowadzają badania.

Uczniom i uczenicom wypożyczane są na czas trwania lekcji bezpłatnie trykoty, czepki kąpielowe i ręczniki. Młodzieży towarzyszą nauczycielowie i nauczycielki, którzy obejmują nadzór i ponoszą odpowiedzialność za zachowanie porządku.

Każdy oddział ćwiczy w przeciągu 3 miesięcy raz na tydzień, po 20 minut. Nadto przeznacza się 20 minut na rozebranie, umycie, natryski po kąpieli i ubranie.

Pomimo tak niewielkiej stosunkowo ilości czasu osiągnięto bardzo dobre rezultaty. Doświadczenie wykazało, że nawet podczas mrozów można posyłać dzieci do kąpieli bez obawy narażenia ich zdrowia. Nie był zanotowany ani jeden wypadek, w którymby kąpiel była przyczyną przeziębienia.

Ogółem w roku szkolnym 1926/7 w ciągu 170 dni, przeznaczonych na naukę, z lekcyj korzystało 2261 dzieci (1191 chłopców i 1070 dziewcząt ze szkół powszechnych). Łącznie z młodzieżą ze szkół średnich w pływalniach udzielono 43.152 lekcyj.

Frekwencja w roku szkolnym 1927/8 była następująca:

Szkoły powszechne	(Volksschulen)	1142 chłop.	977 dziew.
„ średnie	(Mittelschulen)	5939 „	2076 „
„ główne	(Hauptschulen)	4291 „	4647 „

P. Fieber zaznacza, że chociaż na naukę przeznaczono zbyt mało czasu — po 20 minut na tydzień w ciągu 3 miesięcy na szkołę — aby wszystkie dzieci nauczyły się w tym czasie pływać, to jednak osiągnięto bezwzględnie owo, jak się wyraża, radosne przyzwyczajenie do wody, oswojenie z wodą oraz spotęgowanie odporności na choroby. U większości dzieci powstała potrzeba ćwiczenia i doskonalenia się w dalszym ciągu.

Nadto stwierdzono, że rodzice, widząc jak dzieci, nawet ociężałe, chętnie spieszą na lekcje pływania, zostali również pozyskani dla tego sportu i częstokroć pod tym wpływem sami zaczynali się uczyć pływać, co jest rzeczą wielkiej wagi z punktu widzenia higjeny społecznej.

„POTRZEBA NAM KURSÓW"!

Pod tym tytułem ukazał się w ostatnim numerze wiedeńskiego miesięcznika pedagogicznego „Quelle" artykuł p. F. Merzla, nauczyciela gimnastyki, który porusza nader ważną sprawę dokształcania się nauczycieli ćwiczeń cielesnych.

„W ciągu lat ostatnich", pisze p. Merzl, „które dały nam nową gimnastykę, opartą na naturalnych, odpowiadających formom życia, podstawach, wyłoniła się potrzeba gruntownych zmian w nauczaniu. Skąd jednak zdobyć odpowiednie gruntowne wiadomości? Czerpanie wiedzy z książek nie wystarcza. Praca nauczyciela winna być żywa i twórcza, jeżeli ma on istotnie porwać uczniów, a tej „wiedzy radosnej" nie daje martwa litera, lecz jedynie osobiste przekonanie o wartości ćwiczeń, pochodzące z własnej umiejętności praktycznej".

W austrjackich szkołach wprowadzono, jako przedmioty obowiązujące, pływanie, ślizganie się i jazda na nartach. Wszystko to, mówi p. Merzl, ma nauczyciel umieć. Tymczasem w znakomitej większości wypadków nie posiada on tych umiejętności. Jakież więc wyjście z tej sytuacji. A niewątpliwie płonną byłaby nadzieja, że wymagania mogą się obniżyć, przeciwnie, będą ciągle wzrastały, gdyż społeczeństwo coraz więcej zdaje sobie sprawę ze znaczenia ćwiczeń cielesnych. Większość nauczycieli nie posiada wyżej wymienionych umiejętności. Nie należy zapominać, że nauczycielstwo obecne składa się w znacznej części z przedstawicieli pokolenia, które dojrzewało w czasie wojny światowej. Czy pora była wówczas myśleć o treningu osobistym? A jakże niezbędnem jest uzupełnienie swych wiadomości i umiejętności dla tych, którzy swe wykształcenie fachowe otrzymali jeszcze przed wojną, to jest w czasie, od którego odbiegliśmy już tak daleko!

A zatem, mówi p. Merzl, potrzeba nam kursów dokształcających, zarówno teoretycznych, jak i praktycznych, chcemy ich, żądamy ich! Ci, którzy stwarzają przepisy, dotyczące naszej pracy, niechże nam dadzą również możność stosowania się do nich. Jeżeli nasi ustawodawcy istotnie dbają o dobro sprawy, to powinni nam zadanie to ułatwić.

Nie potrzeba nam subwencji, pisze dalej p. M., każdy i każda z nas z chęcią wyda odpowiednią sumę, aby iść naprzód z postępem czasu i zarazem, aby móc samemu ćwiczyć fizycznie, do czego ma zwykle mało sposobności.

Zważmy, że mówi to nauczyciel — austrjak, mieszkaniec kraju, w którym niema prawie rodziny, którąby nie uprawiała jakiegoś sportu (a przedewszystkiem turystyki), gdzie kultura fizyczna jest już udziałem mas.

Co do nas polaków, to zorganizowany przez „Start" kurs u p. A. Bertram dowiódł, jak pożądaną jest podobna inicjatywa i jak dobre wydaje rezultaty. A zatem powtarzam za p. Merzlem: Potrzeba nam kursów!

E. Dziewulska.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Górnośląska Nr. 20 m. 7. Tel. 401-24. Konto P. K. O. 14558.

Redaktorka „Startu" przyjmuje interesantów w poniedziałki i piątki w godzinach od 12 — 2 popołudniu.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 3 złote. Zagranicą: w Austrji, Czechosłowacji i Węgrzech — jak w obrocie wewnętrznym. W innych krajach — miesięcznie 1 złoty 25 r., — kwartalnie 3 złote 50 r.

Wydawca: E. Grocholska. Druk. „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148. Redaktorka: K. Muszalówna.